

ABSTRAK

Tania Rinjani, 1201040163, 2024 : “Pengaruh Istiqomah Mengamalkan Shalawat Syifa Untuk Mengurangi Stres Pada Remaja di Lingkungan Pesantren (Studi Pada santriyyah Miftahul Falaah Tanjungsari, Sumedang)

Stres dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan di mana individu tidak dapat menyesuaikan diri antara kemampuan diri dan tuntutan yang diterima oleh individu, sehingga menimbulkan kecemasan-kecemasan negatif dalam diri. Stres dapat terjadi pada siapa saja, termasuk pada remaja. Stres yang terjadi pada remaja ini sulit untuk dikontrol dan dikenali, karena biasanya remaja tidak bisa mengejawantahkan secara konkret apa yang ia rasakan secara keseluruhan. Apalagi pada masa remaja pertengahan yang rentan sekali stress yang diakibatkan dengan tekanan akademik, sosial, dan emosional. Sholawat Syifa merupakan salah satu amalan yang memiliki banyak sekali keutamaan. Shalawat syifa ini selain untuk bersholawat kepada Rasulullah juga dapat menjadi penyembuh atau mengatasi berbagai persoalan emosional termasuk stres yang kerap dirasakan oleh individu. Karena sholawat Syifa ini menjadi sarana untuk lebih dekat kepada Allah dan Rasulullah untuk memohon kesembuhan akan segala kekhawatiran dan kesedihan yang sedang dirasakan oleh individu. Maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat stres pada santri serta mengetahui apakah terdapat pengaruh Istiqomah membaca soal Syifa terhadap penurunan tingkat stres pada santri di pondok pesantren Miftahul Falah Tanjungsari Sumedang.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif dengan metode survei, di mana teknik penarikan sampel menggunakan teknik sampling jenuh yang di mana menggunakan seluruh populasi yang ada dengan jumlah santri 36 responden santri yang berada di pondok pesantren Miftahul Falah Tanjungsari Sumedang. Teknik pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner atau angket yang disebarakan secara online menggunakan google Form, teknik pengolahan data menggunakan IBM SPSS 25 dengan melakukan uji hipotesis atau pearson correlation.

Dari penelitian ini didapat hasil bahwa adanya hubungan yang positif antara Istiqomah sholawat Syifa dengan tingkat stres dengan nilai signifikansi kurang dari 0,5 dihasilkan nilai Pearson Correlate sebesar positif 0,377. Dapat disimpulkan dengan apabila tingkat Istiqomah sholawat sifat tinggi maka tingkat stres akan tinggi begitupun sebaliknya. Berdasarkan analisis tersebut maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak dan H1 diterima.

Kata kunci : Istiqomah, Stres, Remaja, Shalawat Syifa